ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№11 (85) июнь 2007

журнал для тех, кто любит готовить











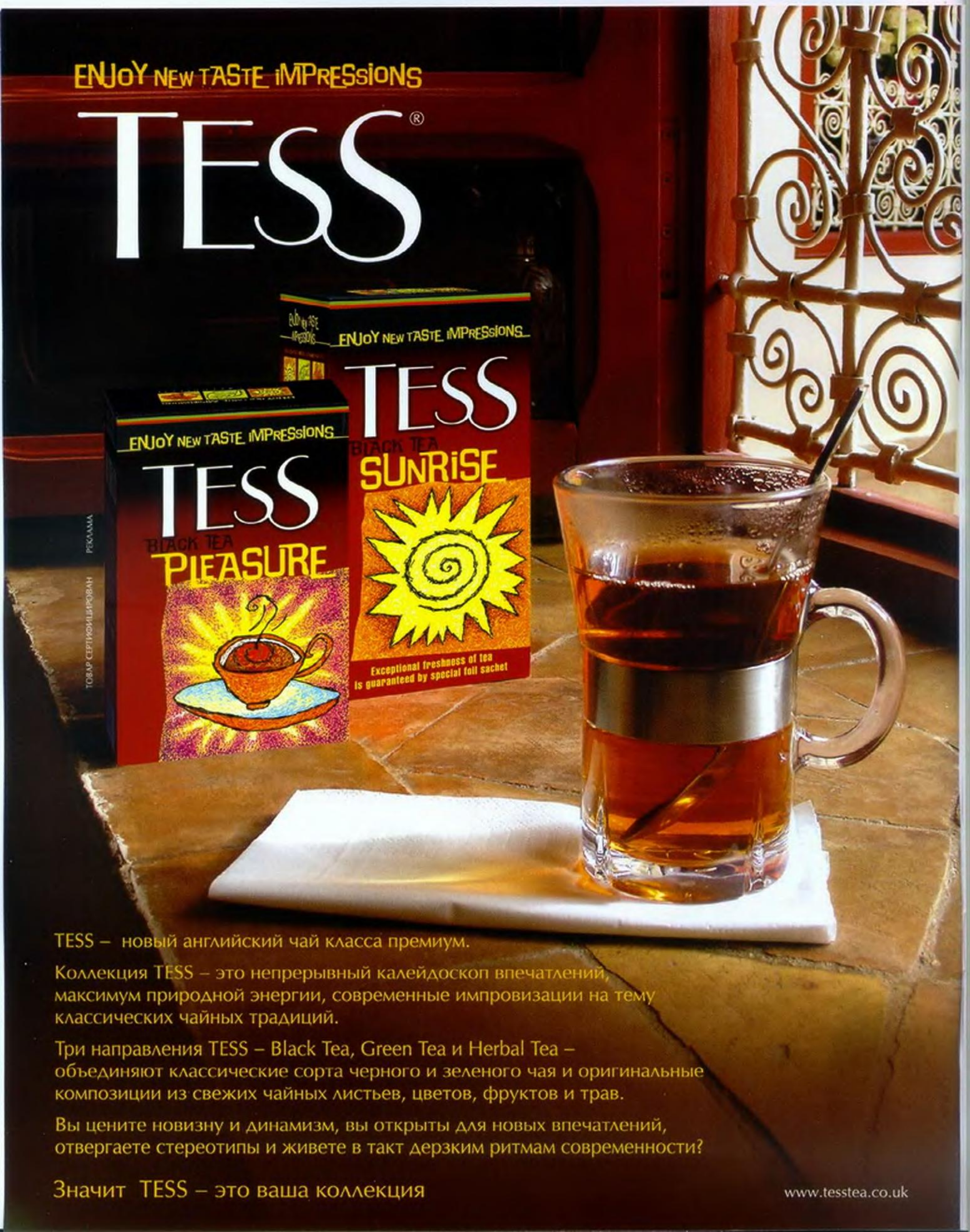






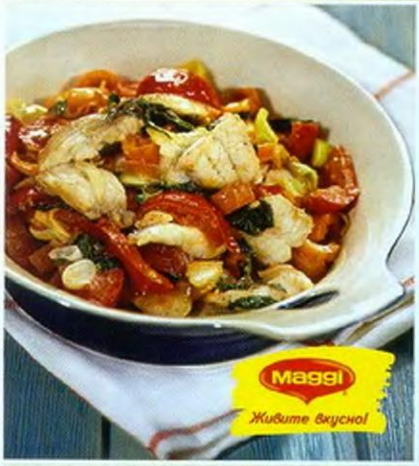
www.gastromag.ru

ISSN 1728-6948


ENJOY NEW TASTE IMPRESSIONS
TESS®
ENJOY NEW TASTE IMPRESSIONS
TESS
BLACK TEA
SUNRISE
Exceptional freshness of tea is guaranteed by special foil sachet
ENJOY NEW TASTE IMPRESSIONS
TESS
BLACK TEA
PLEASURE
ТОВАР СЕРТИФИЦИРОВАН РЕКЛАМА
TESS – новый английский чай класса премиум.
Коллекция TESS – это непрерывный калейдоскоп впечатлений, максимум природной энергии, современные импровизации на тему классических чайных традиций.
Три направления TESS – Black Tea, Green Tea и Herbal Tea – объединяют классические сорта черного и зеленого чая и оригинальные композиции из свежих чайных листьев, цветов, фруктов и трав.
Вы цените новизну и динамизм, вы открыты для новых впечатлений, отвергаете стереотипы и живете в такт дерзким ритмам современности?
Значит TESS – это ваша коллекция
www.tesstea.co.uk







Дорогие друзья!
Завершен конкурс, организованный «Школой гастронома» совместно с компанией Parmalat. Лучшим рецептом был признан «Итальянский суп с пастой». Его автор – Людмила Жукова из города Подольска. Второе и третье места заняли Татьяна Мельман и Лариса Елисеева из Москвы.
Ну а конкурс на лучший напиток из овощей и фруктов продолжается. Вы, конечно, помните, что его победители станут обладателями блендеров Multiquick Complete и Braun 6550 M CA от фирмы Braun. Присылайте ваши рецепты до 1 июля с. г.
Желаем успехов.

Ваша редакция

parmalat

BRAUN

условные обозначения

вегетарианское питание

блюда, которые подходят для детей

M≈ блюда, которые можно готовить в микроволновой печи

сложность приготовления блюд
- легкие рецепты
- рецепты средней сложности
- рецепты для опытных кулинаров

блюда, приготовленные с продуктами МАГГИ®

* полезный совет

содержание



тарталетки со спаржей и сырным соусом

ЧТО НУЖНО:

- **400 г** спаржи
- **250 г** готового слоеного теста
- **100 г** сливочного сыра
- **100 г** тертого сыра чеддер
- **2 ст. л.** тертого пармезана
- **1 ч. л.** тертой цедры лимона
- **1** пучок петрушки
- • соль, перец по вкусу
- • растительное масло для смазывания теста

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4
1 порция: 481,5 ккал
белки – 14,5 г, жиры – 34,6 г, углеводы – 28,0 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Спаржу вымыть, очистить от верхней кожицы.

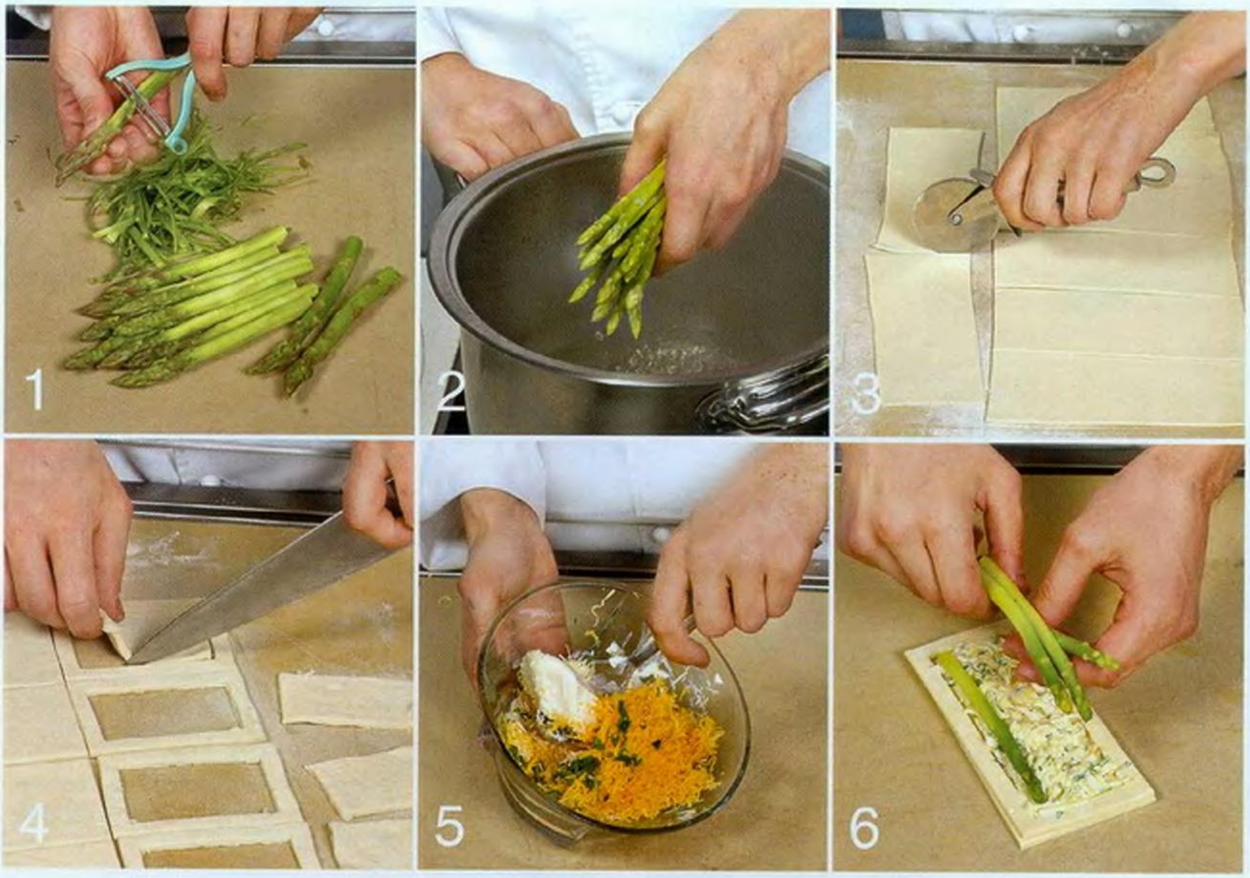
2 Связать спаржу в пучок, опустить в кастрюлю с кипящей подсоленной водой. Варить 7 мин., придерживая ложкой, чтобы спаржа не всплывала. Откинуть на дуршлаг, затем сразу же опустить в миску с ледяной водой.

3 Из теста вырезать 4 прямоугольника размером 12 x 6 см.

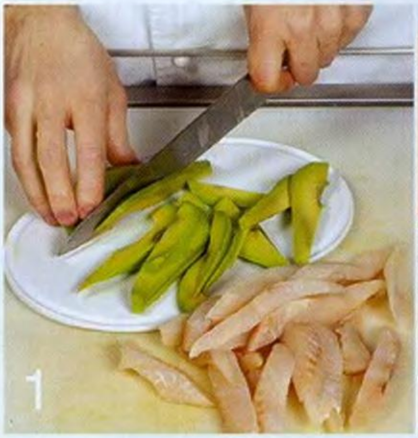
4 Из остатков теста вырезать бортики шириной 1 см.
Разогреть духовку до 200 °С. Противень накрыть листом пергамента. Поместить прямоугольники из теста на противень, часто наколоть их вилкой. Уложить на прямоугольники бортики.

5 Петрушку вымыть, обсушить, 2–3 веточки отложить для украшения, остальные измельчить. Смешать сливочный сыр с чеддером и пармезаном, добавить измельченную петрушку и цедру лимона. Посолить и поперчить по вкусу. Перемешать.

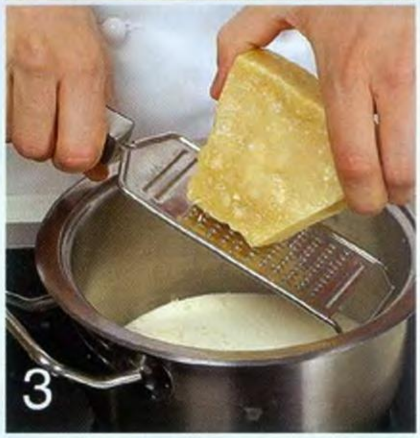
6 Сырный соус разложить по тарталеткам. Сверху положить стебли спаржи. Тесто, оставшееся непокрытым начинкой, смазать маслом. Поставить в духовку на 15 мин.



салат с рыбой и авокадо







ЧТО НУЖНО:

- **300 г** филе морской рыбы
- **1** авокадо
- **0,5** лимона
- **150 мл** сливок жирностью 20%
- **50 г** тертого пармезана
- **0,5** пучка петрушки
- **0,5** пучка укропа
- соль, перец по вкусу



Время приготовления: 20 мин.
Порций: 2
1 порция: 557,6 ккал
белки – 38,7 г, жиры – 39,6 г, углеводы – 11,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Филе рыбы вымыть, нарезать полосками. Авокадо разрезать пополам, удалить косточку, аккуратно срезать кожицу; мякоть нарезать тонкими дольками, выжать сверху лимон, перемешать. Зелень вымыть, обсушить и измельчить.

2 Рыбу положить в кипящую подсоленную воду, варить 7 мин. Шумовкой вынуть из кастрюли, дать немного остыть.

3 Сливки довести до кипения, добавить пармезан. Готовить на несильном огне, постоянно помешивая, до загустения, около 4 мин. Добавить зелень, соль и перец по вкусу; снять с огня.

Рыбу и авокадо выложить в салатницу, полить соусом. Украсить веточками петрушки.



зеленый салат с перепелиными яйцами-пашот и беконом

ЧТО НУЖНО:

- **8** перепелиных яиц
- **0,5** кочана салата фризе
- **1** кочан зеленого салата
- **400 г** бекона
- **2 ст. л.** оливкового масла
- **2 ст. л.** красного винного уксуса
- соль, черный перец по вкусу

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4
1 порция: 727,7 ккал
белки – 12,8 г, жиры – 74,1 г, углеводы – 2,4 г

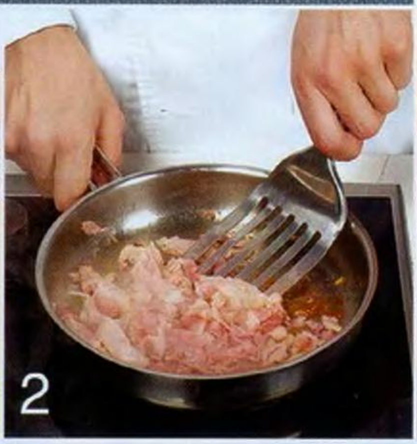
ЧТО ДЕЛАТЬ:

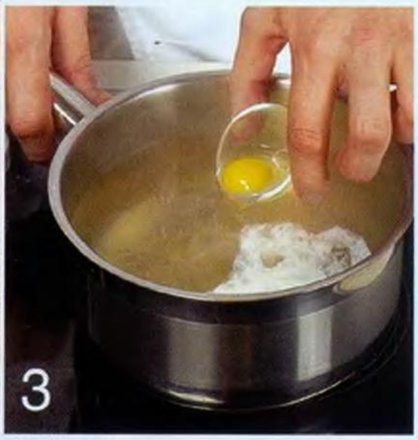
1 Зеленый салат вымыть, обсушить и крупно нарвать. Фризе вымыть, обсушить, удалить темно-зеленые листья. Выложить зелень в салатницу.

2 Бекон тонко нарезать и обжарить до хруста. Выложить на салфетки, чтобы стек лишний жир, затем добавить в салатницу. Перемешать.

3 Вскипятить воду с 1 ст. л. уксуса, уменьшить огонь до среднего. Перепелиные яйца разбить в отдельные мисочки. Выливать яйца по очереди в слабо кипящую воду и варить 4 мин.
Смешать оливковое масло с оставшимся уксусом. Заправить салат, посолить, поперчить. Сверху положить яйца-пашот.


1


2


3


СПОНСОР РЕЦЕПТА
parmalat







итальянский томатный суп с гренками

М≈





ЧТО НУЖНО:

- **1 кг** **протертых помидоров Pomi Parmalat**
- **3 ст. л.** оливкового масла
- **400 г** белой консервированной фасоли
- **1** красная луковица
- **2** зубчика чеснока
- **200 мл** белого сухого вина
- **4 ст. л.** вяленных на солнце томатов
- **4 ст. л.** маслин без косточек
- **100 г** **пасты Divella Ригатони**
- • соль, черный перец по вкусу
- **4–8** ломтиков белого хлеба
- **2 ст. л.** оливкового масла
- **1 ст. л.** сухого тимьяна

Время приготовления: 40 мин.
Порций: 4
1 порция: 711,5 ккал
белки – 23,5 г, жиры – 27,1 г, углеводы – 93,4 г



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Вяленые томаты откинуть на сито, обсушить, нарезать тонкими ломтиками. Маслины нарезать кружками. Лук и чеснок очистить, измельчить.

2 Разогреть в кастрюле оливковое масло, обжарить лук и чеснок, 3 мин. Уменьшить огонь до среднего, осторожно влить вино и готовить еще 3 мин.

3 Добавить в кастрюлю протертые помидоры и прогреть, помешивая, 2 мин. Влить 1 л воды, довести до кипения.

4 Положить фасоль, вяленые томаты и маслины, перемешать и варить 10 мин.

5 Макароны отварить в кипящей подсоленной воде до полуготовности, 4 мин., добавить в суп. Перемешать, накрыть крышкой и готовить, 10 мин. Приправить по вкусу.

6 Сделать тосты. Разогреть духовку до 180 °C. Противень накрыть фольгой, уложить на него хлеб, сбрызнуть оливковым маслом, присыпать тимьяном, посолить. Поставить в духовку на 5–7 мин.

Суп разлить по тарелкам и подать с горячими тостами.

КСТАТИ

Ригатони Divella – настоящая итальянская паста изготовлена из пшеницы твердых сортов. Идеальна для приготовления гарниров, супов, салатов и запеканок. Протертые помидоры Pomi – натуральный продукт, приготовленный исключительно из свежих итальянских помидоров, собранных в июле-августе, когда плоды вобрали в себя всю силу жаркого итальянского солнца.





холодный борщ с кальмарами

ЧТО НУЖНО:

- **500 г** свеклы
- • ломтик черного хлеба
- **500 г** кальмаров
- **2** зеленых яблока
- **2** свежих огурца
- **1** пучок зеленого лука
- **1** пучок укропа
- **2** крутых яйца
- • соль, сахар, уксус, сметана по вкусу

Время подготовки: 24 часа
Время приготовления: 10 мин.
Порций: 4
1 порция: 255,6 ккал
белки – 27,8 г, жиры – 7,9 г, углеводы – 18,3 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Свеклу тщательно вымыть, залить водой и отварить до готовности.

2 Остудить, очистить от кожицы и нарезать тонкой соломкой.

3 Выложить свеклу в миску, добавить кусок черного хлеба, залить холодной кипяченой водой. Накрыть и поставить в прохладное место на сутки.

4 На следующий день настой процедить, добавить по вкусу соль, сахар и уксус.

5 Кальмары очистить, промыть. Вскипятить подсоленную воду, положить кальмаров и варить ровно 4 мин. Отбросить на дуршлаг, промыть холодной водой и нарезать соломкой.

6 Яблоки и огурцы вымыть, нарезать кубиками. Лук и укроп вымыть, обсушить и измельчить. Яйца размять вилкой. Смешать в миске кальмары, яблоки, огурцы, яйца и лук. Влить свекольный настой. Заправить сметаной.

Перед подачей к столу посыпать укропом.

Вместо кальмаров в этот освежающий летний суп можно добавить креветки или заранее сваренное белое мясо курицы. А можно и то, и другое. Из пряных трав, кроме укропа, хорошо положить кинзу и чуточку эстрагона.




СПОНСОР РЕЦЕПТА
zepter INTERNATIONAL
HOME ART

долма со свиными ребрышками



ЧТО НУЖНО:

- **250 г** виноградных листьев
- **300 г** бараньего фарша
- **300 г** свиных ребрышек
- **0,5** стакана риса
- **1** луковица
- **2** веточки мяты
- **2 ст. л.** лимонного сока
- соль, черный перец по вкусу

Время приготовления: 2 часа
Порций: 4
1 порция: 600,1 ккал
белки – 26,1 г, жиры – 45,7 г, углеводы – 21,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Виноградные листья тщательно промыть, положить в большую миску и залить кипятком. Через час воду слить в отдельную посуду и отставить. Листья еще раз промыть.

2 Рис промыть, залить кипятком на 15 мин., затем откинуть на дуршлаг и еще раз промыть. Лук очистить и очень мелко нашинковать. Мяту вымыть, обсушить и мелко нарезать. Выложить в миску бараний фарш, рис, лук и мяту. Посолить, поперчить по вкусу и как следует вымесить.

3 Положить виноградные листья на разделочную доску гладкой стороной вниз. Выложить на каждый по 1 ст. л. фарша, придав ему форму небольшой колбаски и поместив ее ближе к основанию листа.

4 Накрыть фарш сначала широкой частью виноградного листа, затем боковыми частями, после чего свернуть небольшим рулетиком.

5 Ребрышки вымыть и поместить в **кастрюлю Zepter**. Посолить, поперчить. Уложить на них долму.

6 Залить настоем листьев так, чтобы он только покрывал долму сверху, добавить лимонный сок.
Закрыть **крышкой «СИНХРО-КЛИК»** от **Zepter**. Поставить на огонь, довести до высокого давления. Затем уменьшить огонь и готовить, 30 мин.

КСТАТИ

Крышка «СИНХРО-КЛИК» от Zepter превращает посуду Zepter в многофункциональную скороварку. Время приготовления различных блюд сокращается на 80%, а затраты электроэнергии – на 60%. Новая технология позволяет лучше сохранять витамины и питательную ценность продуктов.





рагу из кролика

ЧТО НУЖНО:

1	подготовленная тушка кролика
1 ст. л.	растительного масла
1 ст. л.	сливочного масла
0,5	стакана белого сухого вина
2	зубчика чеснока
2	веточки свежего тимьяна
1	лавровый лист
2	красные луковицы
2	стебля лука-порея
3	морковки
4	картофелины
500 г	зеленой фасоли
•	соль, черный молотый перец

Время приготовления: 2 часа
Порций: 4–6
1 порция: 402,7 ккал
белки – 27,2 г, жиры – 21,6 г, углеводы – 24,8 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Чеснок очистить и измельчить. Тимьян вымыть и мелко нарвать. Смешать чеснок с тимьяном и 1 ч. л. соли.

2 Кролика тщательно вымыть и обсушить, разрезать на 8 кусков. Натереть каждый кусок солью и перцем. Разогреть в кастрюле растительное и сливочное масло. Обжарить куски кролика, по 3 мин. с каждой стороны, и переложить в миску.

3 Влить в кастрюлю вино, дать покипеть 30 сек. Затем влить 1,5 стакана горячей воды, довести до кипения. Положить в кастрюлю смесь чеснока, тимьяна и соли, добавить лавровый лист. Вернуть в кастрюлю куски кролика, накрыть крышкой и готовить 40 мин.

4 Тем временем подготовить овощи. Лук очистить и крупно нарезать. Белую и светло-зеленую части порея порезать кольцами толщиной 1,5 см. Морковь и картофель очистить, крупно нарезать. Положить овощи в кастрюлю с кроликом и готовить под крышкой 20 мин.

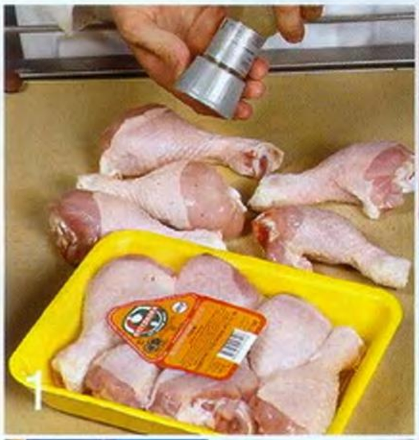
5 Фасоль вымыть, отварить в кипящей подсоленной воде, 5 мин., отбросить на дуршлаг.

6 Кролика и овощи переложить шумовкой на блюдо, добавить фасоль, накрыть и поставить в теплое место. Оставшийся в кастрюле соус уварить вдвое, добавить 0,5 ст. л. сливочного масла, снять с огня и перемешать. Полить соусом кролика.

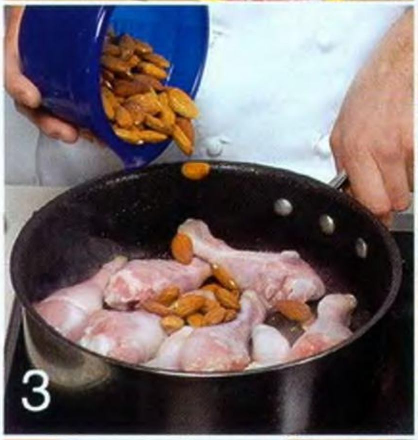


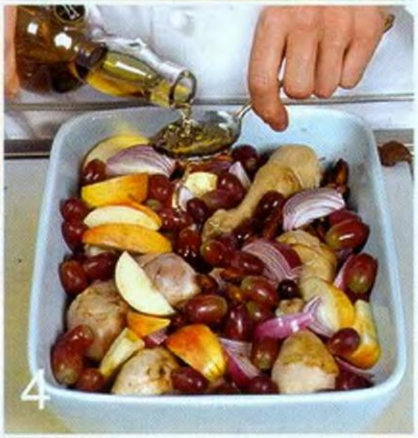

СПОНСОР РЕЦЕПТА
ПЕТЕЛИНКА

курица с миндалем













ЧТО НУЖНО:

- **1 кг** **куриных голеней «Петелинка»**
- **2 ст. л.** растительного масла
- **2** красные луковицы
- **250 г** черного винограда
- **1** яблоко
- **50 г** миндаля
- **2 ст. л.** виски
- **75 г** сливочного масла
- **3** веточки свежей мяты
- • соль, перец по вкусу

Время приготовления: 45 мин.
Порций: 6
1 порция: 546,3 ккал
белки – 37,7 г, жиры – 38,9 г, углеводы – 11,3 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Голени вынуть из упаковки, вымыть и обсушить бумажными салфетками, поперчить, посолить.

2 Лук очистить, нарезать дольками. Виноград вымыть, снять с ветки. Яблоко вымыть, разрезать на четвертинки, удалить сердцевину, нарезать дольками.

3 Разогреть в сковороде растительное масло. Обжаривать голени вместе с миндалем, время от времени переворачивая, 7 мин.

4 Выложить голени в форму для запекания. Добавить лук, виноград и яблоко. Посолить, поперчить, сбрызнуть виски.

5 Разогреть в сотейнике сливочное масло, положить мяту и прогреть на несильном огне, 3 мин.

6 Разогреть духовку до 180 °С. Полить голени мятным маслом. Поставить форму в духовку и запекать 30 мин.

КСТАТИ

Продукция Петелинской птицефабрики поступает в продажу в день производства в охлажденном, а не замороженном виде. Современный способ переработки куриного мяса позволяет сохранять его до 6 суток без применения консервантов.





Ароматные герои

Ежегодно во всем мире люди употребляют 47,6 миллиарда килограммов лука. Более того, лук ценят настолько, что даже устраивают в его честь праздники! В американском городе Вайделия с 1931 года каждый апрель проводят фестивали лука с кулинарными мастер-классами и соревнованиями по поеданию этого ароматного овоща. Во Франции в городе Роскоф устраивают праздник розового лука, где можно попробовать тартинки с луковым повидлом, луковый пирог, хлеб с луковой начинкой и, конечно, знаменитый луковый суп.

В России на одного человека приходится в среднем 10 кг лука в год. Лук, как и его ароматный собрат, чеснок, является одним из основных ингредиентов русской кухни и незаменим в приготовлении огромного количества блюд. Эти важные и часто используемые ингредиенты нужно иметь под рукой всегда. Ведь заменить их невозможно, разве что... инновационными продуктами от МАГГИ: ЗОЛОТИСТЫМ ЛУЧКОМ и АРОМАТНЫМ ЧЕСНОЧКОМ!

Рецепт: Курочка под луковым соусом

Время приготовления: 35 мин.
На 4 порции:

МАГГИ ЗОЛОТИСТЫЙ ЛУЧОК – 2 ч. л.
Куриное филе – 500 г
Соленые огурцы – 4 шт.
Зеленый горошек консервированный – 4 ст. л.
Кукуруза консервированная – 4 ст. л.
Растительное масло – 3 ст. л.
Сливки 10% – 1 стакан
Майонез – 2 ст. л.
Томатная паста – 2 ст. л.
Мука – 3 ст. л.

Нарезать куриное филе небольшими кусочками и обжарить в сотейнике на растительном масле, 2–3 мин., уменьшить огонь и тушить еще 10–15 мин. Морковь натереть на крупной терке, огурцы нарезать соломкой, добавить зеленый горошек, кукурузу и тушить на растительном масле 5–7 мин. Приготовить соус: смешать сливки, майонез, томатную пасту, муку и МАГГИ ЗОЛОТИСТЫЙ ЛУЧОК, довести до кипения, постоянно помешивая, и снять с огня. Выложить овощи в сотейник с курицей, залить соусом и тушить 5 мин., до готовности курицы.



Советы от МАГГИ:

1 Рекомендуется использовать 1 ч. л. МАГГИ ЗОЛОТИСТОГО ЛУЧКА вместо половинки луковицы, а ложку МАГГИ АРОМАТНОГО ЧЕСНОЧКА – вместо одной дольки чеснока.

2 Добавьте немного МАГГИ АРОМАТНОГО ЧЕСНОЧКА к спагетти с томатной пастой и фаршем, перемешайте, слегка прогрейте на небольшом огне – и у Вас получится интересное и вкусное итальянское блюдо!

3 В салатах чеснок лучше всего сочетается со свежими огурцами, помидорами и листьями салата. Для приготовления чесночной заправки к Вашему любимому салату смешайте 1 ч. л. МАГГИ АРОМАТНОГО ЧЕСНОЧКА с 1 ст. л. горячей воды, оставьте на 5 мин. и добавьте в салат вместе с растительным маслом или майонезом.



4 К отварным и запеченным гарнирам и блюдам из овощей хорошо приготовить французский соус «Айоли» – смешать 2 ст. л. МАГГИ АРОМАТНОГО ЧЕСНОЧКА, 1 желток, 1 ст. л. острой горчицы, 1 ст. л. лимонного сока, 1 стакан оливкового масла. Смесь тщательно взбить и – соус готов!

5 Картофель, зеленый горошек, фасоль, морковь – основные составляющие овощного рагу. А придать блюду насыщенный вкус и аромат поможет МАГГИ ЗОЛОТИСТЫЙ ЛУЧОК – просто добавьте ее к овощам за 2–3 мин. до готовности.



Рецепт: Пикантное куриное филе с чесночком

Время приготовления: 35 мин.
На 6 порций:

МАГГИ АРОМАТНЫЙ ЧЕСНОЧОК – 2 ч. л.
Куриное филе – 6 шт.
Изюм – 4 ст. л.
Белое сухое вино – 100 мл
Коньяк – 2 ст. л.
Сливочное масло – 50 г

В сотейнике растопить сливочное масло и обжарить в нем куриное филе до золотистой корочки, по 4–5 мин. с каждой стороны. Влить в сотейник с куриным филе белое вино, добавить изюм и тушить под приоткрытой крышкой на небольшом огне 25 мин. Влить коньяк, посыпать приправой МАГГИ АРОМАТНЫЙ ЧЕСНОЧОК и тушить еще 2–3 мин. Подавать горячим.



Преимущество в каждом пакетике

- МАГГИ ЗОЛОТИСТЫЙ ЛУЧОК и АРОМАТНЫЙ ЧЕСНОЧОК уже содержат кусочки чеснока или лука, готовые к добавлению в блюдо: теперь не нужно плакать над разделочной доской, чистить и резать или тереть их на терке.
- Их просто использовать – надо только отмерить нужное количество с помощью ложки.
- Эти продукты произведены без добавления искусственных консервантов.



венгерское рагу из морского окуня



ЧТО НУЖНО:

- **800 г** филе морского окуня
- **2** помидора
- **1** оранжевый сладкий перец
- **1** стебель лука-порея, только белая часть
- **•** веточка розмарина
- **1** небольшой пучок щавеля
- **2** зубчика чеснока
- **4 ст. л.** растительного масла
- **2 ч. л.** **приправы МАГГИ® «Золотистый лучок»**

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4
1 порция: 387,8 ккал
белки – 37,9 г, жиры – 23,7 г, углеводы – 5,7 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Рыбу вымыть, обсушить и нарезать небольшими кусками. Овощи и зелень вымыть. У перца удалить сердцевину, мякоть нарезать небольшими кусочками. Помидоры нарезать дольками, порей – колечками, чеснок – ломтиками. Розмарин разобрать на листики.

2 Разогреть в сковороде 2 ст. л. растительного масла, обжаривать в нем чеснок и листья щавеля, 2 мин. Добавить рыбу и обжарить по 1,5 мин. с каждой стороны.

3 Добавить листики розмарина, посолить и поперчить. Накрыть крышкой, снять с огня и оставить в теплом месте.

4 В чистой сковороде разогреть оставшееся масло. Обжарить порей и перец, 4 мин. Посыпать **приправой МАГГИ® «Золотистый лучок»**.



5 Добавить лук порей и помидоры. Готовить, помешивая, 5 мин.

6 Выложить рыбу в сковороду с овощами. Перемешать и прогреть, 3 мин.

СОВЕТ ОТ МАГГИ

Чтобы блюдо получилось «с дымком», перед тем, как положить в сковороду нарезанный перец, обжарьте на растительном масле до румяной корочки 150 г мелко нарезанного бекона.





кабачки в морковно-сырном соусе

ЧТО НУЖНО:

- **2** молодых кабачка
- **2** морковки
- **200 г** сыра с голубой плесенью
- **75 мл** сливок жирностью 9%
- **1** зубчик чеснока
- • пучок укропа
- **1 ст. л.** оливкового масла

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4
1 порция: 288,6 ккал
белки – 13,4 г, жиры – 21,2 г, углеводы – 11,0 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Кабачки вымыть, нарезать вдоль очень тонкими пластинками. Небольшими порциями опускать пластинки на 3 мин. в кипящую подсоленную воду, затем опускать на минуту в миску с ледяной водой и выкладывать на тарелку.

2 Морковь очистить, нарезать тонкой соломкой или натереть на терке. Укроп вымыть, обсушить и измельчить. Чеснок очистить и мелко порубить. Сыр раскрошить.

*** Для этого рецепта мы советуем купить сыр с мягким сливочным вкусом и не слишком резким запахом.**

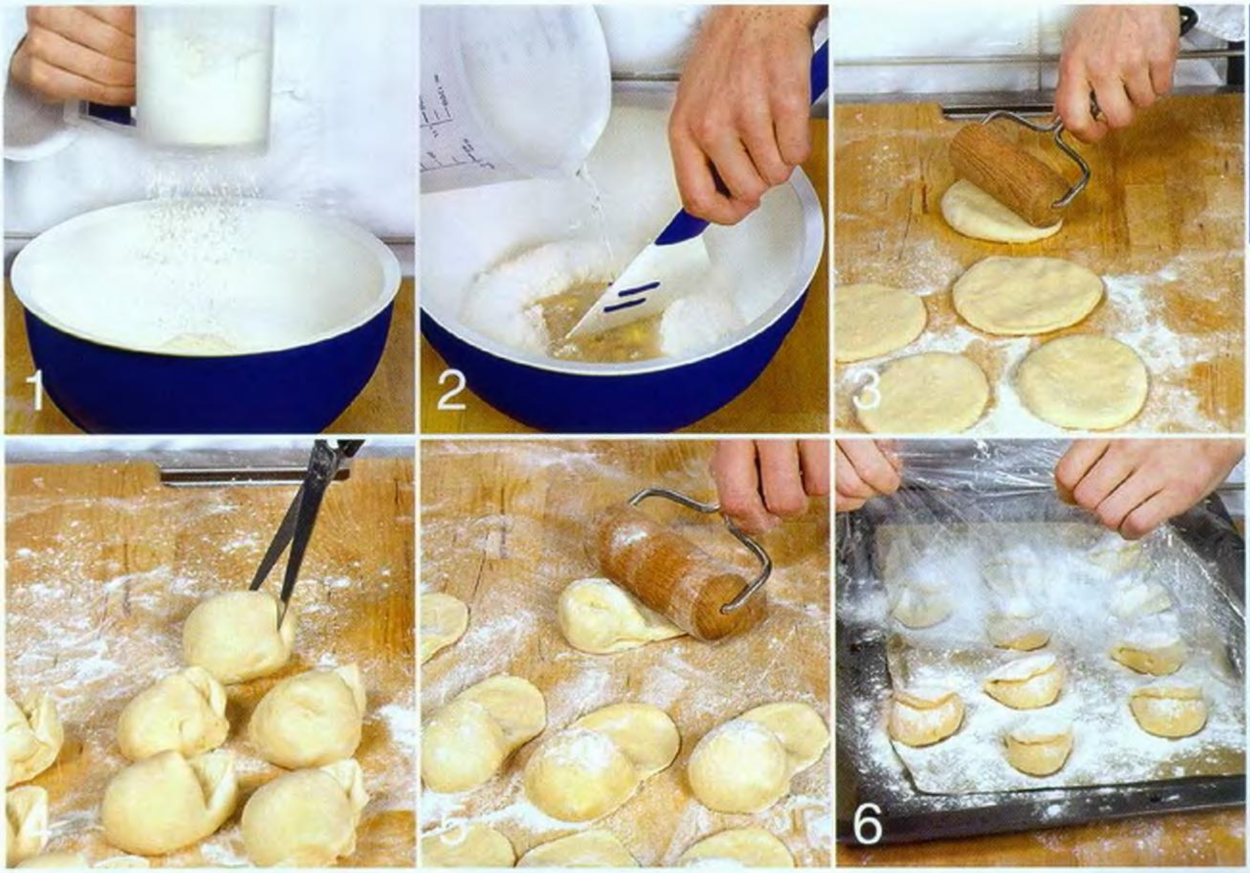
3 Разогреть в сотейнике масло. Обжарить чеснок, 1 мин. Добавить морковь и готовить, помешивая, 4 мин.

4 Влить сливки, довести до кипения и сразу же снять с огня.

5 Добавить в горячий соус сыр, тщательно размешать.

6 Выложить в соус пластинки кабачков, перемешать и прогреть на среднем огне, 3 мин. Подать к столу, посыпав укропом.





сдобные булочки

ЧТО НУЖНО:

250 г	пшеничной муки
0,5 ч. л.	соли
1 ст. л.	сахара
1 ст. л.	сливочного масла
7 г	сухих дрожжей
150 мл	теплой воды

Время приготовления: 1 час 30 мин.
Порций: 12–14
1 штука: 76,1 ккал
белки – 2,2 г, жиры – 1,1 г, углеводы – 14,3 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Муку просеять горкой в миску, сделать углубление. По краям миски распределить соль и сахар. Сливочное масло разделить на небольшие кусочки и также добавить в миску.

2 В углубление положить дрожжи, влить воду. Начиная от центра, размешивать так, чтобы мука с краев сама опускалась к центру. Мешать круговыми движениями 12–15 мин.
Переложить тесто на стол, вымесить, 1–2 мин. Собрать тесто в шар, раскатать и вновь вымешивать 1–2 мин. Повторить эту операцию не менее 5 раз, пока тесто не перестанет прилипать к не посыпанной мукой поверхности. Затем с силой отбить тесто об стол, завернуть в пищевую пленку и оставить в тепле на 15 мин.

3 На присыпанном мукой столе размять тесто руками. Разрезать на 12–14 частей, раскатать их в лепешки.

4 У каждой лепешки собрать края к центру, перевернуть и быстро скатать в шарик. Сбоку каждого шарика сделать глубокий надрез ножницами или ножом.

5 Скалкой раскатать надрезанную часть в тонкий лепесток, затем накрыть им верх шарика.

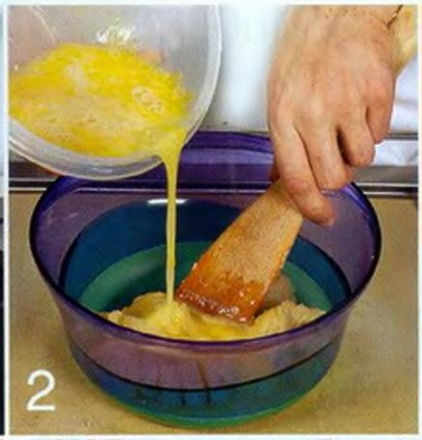
6 Противень накрыть бумагой для выпечки, выложить булочки, присыпать мукой. Накрыть пленкой и оставить в теплом месте еще на 40 мин.
Выпекать в разогретой до 200 °С духовке 25 мин.

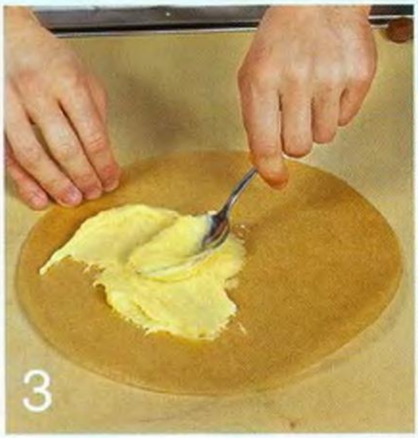


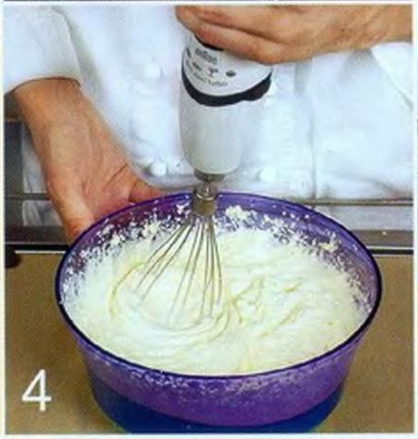
клубничный торт

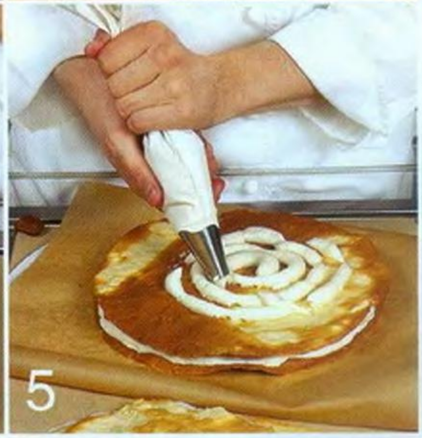
Время приготовления: 1 час 40 мин. + 2 часа
Порций: 12
1 порция: 367,5 ккал
белки – 13,5 г, жиры – 25,0 г, углеводы – 22,1 г













ЧТО НУЖНО:

1	стакан пшеничной муки
100 г	сливочного масла
•	щепотка соли
4	яйца
500 г	сыра маскарпоне
150 мл	сливок жирностью 33%
100 г	сахарной пудры
800 г	клубники

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 В сотейнике вскипятить стакан воды со сливочным маслом и солью. Непрерывно помешивая, всыпать просеянную муку. Уменьшить огонь и готовить, продолжая размешивать, пока масса не станет однородной. Снять с огня, дать немного остыть.

2 Яйца слегка взболтать, затем влить в тесто небольшими порциями, каждый раз тщательно перемешивая деревянной лопаткой.

3 Из пергамента вырезать 10–12 кругов диаметром 25 см. Тесто намазать на бумагу очень тонким слоем (бумага должна просвечивать сквозь тесто). Разогреть духовку до 180 °С. Поместить круги в духовку, выпекать по 8 мин. – порциями или все вместе, в зависимости от размеров духовки. Дать остыть.

4 Маскарпоне взбить вместе со сливками и сахарной пудрой. Клубнику вымыть, обсушить и порезать ломтиками.

5 Промазать все коржи, кроме одного, кремом из маскарпоне, проложить нарезанной клубникой и сложить друг на друга.

6 Накрыть последним коржом. Поставить в холодильник на 2 ч. Перед подачей присыпать торт сверху сахарной пудрой.

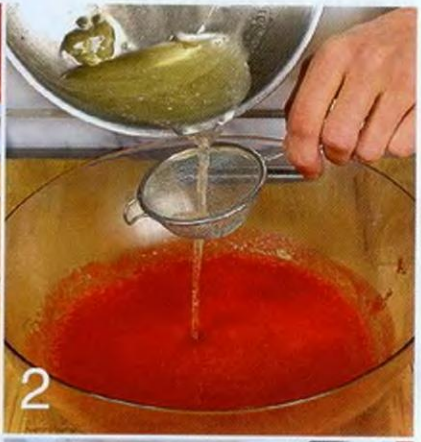
* **Вместо маскарпоне можно использовать жирный творог.**

ДЕСЕРТЫ

малиновое желе с клубникой

Время приготовления: 15 мин.
Порций: 4
1 порция: 135,1 ккал
белки – 2,6 г, жиры – 0,7 г, углеводы – 29,6 г


1


2




3

ЧТО НУЖНО:

400 г малины
400 г клубники
1 ч. л. желатина
50 мл воды
4 ст. л. сахара

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Малину перебрать, измельчить в блендере, затем протереть через сито.

2 Желатин залить водой, довести до кипения, но не кипятить. Добавить в малиновое пюре желатин и сахар, перемешать.

3 Клубнику вымыть, обсушить и разложить по бокалам. Влить желе, поставить в холодильник до полного застывания.



фрукты с шоколадной крошкой



Время приготовления: 45 мин.
Порций: 4
1 порция: 375,1 ккал
белки – 5,5 г, жиры – 12,1 г, углеводы – 61,0 г

ЧТО НУЖНО:

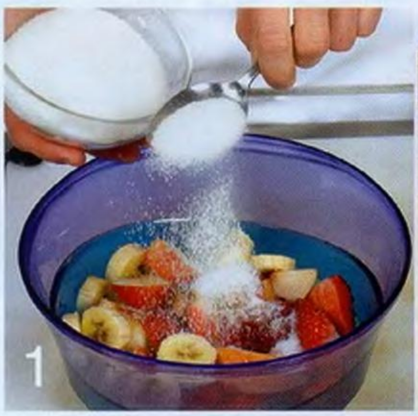
2	персика
250 г	клубники
1	банан
0,5	лимона
50 г	сахара
1 ст. л.	крахмала
200 г	сдобного печенья
20 г	шоколада
20 г	сливочного масла

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Печенье растолочь в крупную крошку. Шоколад порубить ножом. Персики и клубнику вымыть, крупно нарезать. Банан очистить и нарезать кружками. Из лимона выжать сок. Смешать фрукты с сахаром, крахмалом и соком. Оставить на 20 мин.

2 Измельченное печенье смешать с шоколадом и маслом.

3 Разогреть духовку до 190 °С. Фрукты разложить по формам для запекания, посыпать крошкой из печенья и шоколада и запекать 15 мин.


1


2


3


СПОНСОР РЕЦЕПТА
Tupperware



абрикосовый торт

ЧТО НУЖНО:

1 кг абрикосов
5 ст. л. сахара
1 ст. л. желатина
1 стакан светлого яблочного сока

Для теста:

50 г пшеничной муки
200 г миндаля
85 г сахара
140 г сливочного масла
2 яйца

Время приготовления: 2 часа 25 мин.
Порций: 8
1 порция: 465,8 ккал
белки – 9,5 г, жиры – 29,2 г, углеводы – 41,2 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Миндаль опустить в кипящую воду на 3 мин., отбросить на **двойной дуршлаг** от **Tupperware**, дать немного остыть. Затем снять с орехов кожицу и обжарить их на сухой сковороде, постоянно помешивая, 10 мин.

2 Абрикосы вымыть, разрезать пополам, удалить косточки. Половину абрикосов измельчить с сахаром в **комбайне «От Шефа» Tupperware** в пюре. Оставшиеся плоды нарезать тонкими дольками.

3 В **комбайне «От Шефа» Tupperware** измельчить миндаль в муку. Добавить пшеничную муку, сахар, сливочное масло и яйца. Поменять в **комбайне насадку-лезвие** на **насадку-лопасть** и взбить смесь до однородной массы.

4 **Силиконовую форму «Принцесса»** слегка сбрызнуть водой, внутрь выложить миндальную смесь. Разровнять поверхность силиконовым скребком.

5 Сверху выложить абрикосовое пюре. Разогреть духовку до 190 °С. Выпекать пирог 40 мин., затем вынуть из духовки и дать полностью остыть.

6 В **чаше «Аркадия» Tupperware** развести желатин в теплом яблочном соке. Нарезанные дольками абрикосы уложить на пирог по кругу, залить соком с желатином. Поставить форму в холодильник до полного застывания желе.

КСТАТИ

Силиконовая форма выдерживает перепад температуры от - 25 °С до + 220 °С, поэтому ее можно использовать для приготовления пищи в микроволновой печи (без включения режима «гриль»), в духовом шкафу, а также в морозильной камере. Уникальные свойства силикона позволяют готовить без применения сливочного или растительного масла, что делает блюда менее калорийными!





Школа
кулинарного мастерства

Лето… Пора овощей, зелени и фруктов…

Школа кулинарного мастерства журнала «Гастрономъ» представляет программу «Большое летнее меню».

Посетив наши занятия, вы научитесь готовить оригинальные, вкусные, а главное, полезные блюда.

С наступлением теплого времени года пикник в тени деревьев становится особенно привлекательным. Единственное, что может его испортить, – это однообразие блюд, которые повторяются из года в год. Благодаря программе «Большое летнее меню» вы порадуете друзей и близких потрясающими новинками: шашлыком, барбекю и приготовленными на гриле овощами, мясом, морепродуктами, впитавшими упоительные ароматы дыма и трав.

Ничто не может сравниться с настоящим домашним обедом. На наших занятиях вы научитесь готовить легкие салаты и летние пироги, от которых ваша семья будет в восторге.

Кроме того, узнаете, как правильно делать тайские, французские, японские и итальянские супы, а также рыбу. Экзотические ароматы и вкусы азиатской кухни обеспечили ей широкую популярность.

Посетив Школу кулинарного мастерства летом, вы узнаете секреты азиатских кулинаров: сочетание свежих продуктов со специями и быстрые техники приготовления блюд в воке.

Для вас – летние скидки!

**Специальное предложение действует с 1 июня по 31 августа.
Не пропустите летнее меню по летним ценам!**



СТОИМОСТЬ ЗАНЯТИЙ:

Курс «От простого к сложному»	
1 занятие	1700 руб.
4 занятия	5200 руб.
Тематические занятия	2000 руб.
Этнические темы	3000 руб.
Абонемент	
4 тематических занятия	6500 руб.
Абонемент на год (неограниченное количество посещений)	$2500

www.gastromag.ru

Информация по телефону (495) 725-1070 или по адресу: Волоколамское шоссе д. 2, стр. 1, в Школе кулинарного мастерства журнала «Гастрономъ»



ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

Продолжается подписка на 2007 год на наши журналы «Гастрономъ», «Школа гастронома», «Школа гастронома. Коллекция рецептов», «Садовник» и «Ручная работа» через редакцию.
Вы можете подписаться на наши издания с любого месяца в течение 2007 года.
Оформив подписку до 15-го числа текущего месяца, вы сможете получать журнал со следующего месяца.
Минимальный срок подписки – 1 месяц.

ПОДПИСКА

Для оформления редакционной подписки
1 • Заполните платежный документ и оплатите его через любое отделение Сбербанка
2 • Разборчиво укажите фамилию, адрес (с почтовым индексом) и телефон подписчика
3 • В графе «кол-во месяцев» напротив выбранного журнала(ов) укажите количество месяцев
4 • В графе «сумма» укажите общую сумму за нужное количество журналов
5 • Отправьте копию оплаченной квитанции по факсу: (495) 725-1070 (доб. 5048), по адресу: 125993, Москва, Волоколамское ш., д. 2, стр. 1, или e-mail: ekozlova@idvz.ru

* *Отправка журналов осуществляется заказной бандеролью в течение трех дней с момента выхода журнала. Стоимость доставки включена в стоимость журнала*
* *Доставка курьером (только по Москве) осуществляется до почтового ящика в течение 7 дней*
* *В цену подписки не включена комиссия Сбербанка*
* *Стоимость доставки включена в стоимость журнала*

• **На наших сайтах** www.gastromag.ru, www.sadovnikmag.ru, www.handmade.idvz.ru вы можете оформить редакционную подписку на наши журналы, а также заказать уже вышедшие номера.
Отправка предыдущих номеров осуществляется заказной бандеролью наложенным платежом в течение месяца с момента подачи заявки.

• **Подписка для юридических лиц** оформляется на основании заявки и своевременной оплаты выставленного счета. Оформить заявку вы можете через сайт www.gastromag.ru, e-mail: ekozlova@idvz.ru

• **Подписка на журналы в других странах:**
Перечислите на наш валютный счет необходимую сумму в долларах США.
Beneficiary: ZAO «Izdatelsky dom «Vkusnaya zhizn»
Acc. №40702840538040205252
With Sberbank Russia, Tverskoe otdelenie 7982, Moscow S.W.I.F.T.
Code: SARRUMM
Address: Leningradskiy prospect, dom 30, 125040, Moscow, Russia
Correspondents (Nostro): The Bank of New York, USA SWIFT Code: IRVTUS3N Acc.890-0057-610
* *Возможна оплата через Сбербанк в рублях по курсу на день оплаты*

• **Подписка на журналы в любом отделении связи или через подписные агентства:**
АПР. Объединенный каталог «Пресса России»
Подписные индексы: Гастрономъ – 44140, 44141;
Школа гастронома – 84584, 83273;
Коллекция рецептов – 36979;
Садовник – 46505, 20218; Ручная работа – 18131
Роспечать. Каталог Агентства «Роспечать»
Подписные индексы: Гастрономъ – 81150, 81158;
Школа гастронома – 83316, 83273;
Коллекция рецептов – 36892;
Садовник – 46345, 20415; Ручная работа – 18091
МАП. Каталог российской прессы ПОЧТА РОССИИ
Подписные индексы: Гастрономъ – 12598, 99378;
Школа гастронома – 12599, 11308;
Садовник – 24324, 63427; Ручная работа – 24323
Интер-Почта-2003, тел. (495) 500-0060 (Москва), (495) 953-9262 (ближнее и дальнее зарубежье)
Вся пресса, тел. (495) 787-3445
ИЧУП «РЭМ-Инфо». Каталог «Белпочта», г. Минск, тел. (017) 291-9891
Подписной индекс: Гастрономъ – 44141;
Школа гастронома – 81158; Садовник – 46345
Подписное агентство KSS, г. Киев, тел.: (044) 270-6220, 270-6222, 464-0220
Урал-Пресс, тел. (495) 214-5162
г. Екатеринбург, тел. (3432) 75-6274

ГастрономЪ
журнал для тех, кто ест

Журнал выходит 1 раз в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 70 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $4,00.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $7,70.

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 70 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $3,40.

ШКОЛА ГАСТРОНОМА КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $6,00.
Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 70 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $3,40.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $6,00.

Ручная Работа

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 70 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $3,40.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $6,00.

садовник

Журнал выходит 1 раз в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 50 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $2,80.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $5,00.



Извещение

Получатель платежа: ЗАО «Издательский дом «Вкусная жизнь»
ИНН 7743038046 КПП 774301001
Корр. сч. 30101810400000000225 БИК 044525225
Расч. сч. 40702810338040105252 в Сбербанк России Тверское ОСБ 7982

Ф.И.О. ____________________
Адрес ____________________
____________________ Тел.: ____________________

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		

Итого к оплате ____________________

Доставка: ☐ курьер ☐ зак. бандероль

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

Кассир Плательщик

Квитанция

Получатель платежа: ЗАО «Издательский дом «Вкусная жизнь»
ИНН 7743038046 КПП 774301001
Корр. сч. 30101810400000000225 БИК 044525225
Расч. сч. 40702810338040105252 в Сбербанк России Тверское ОСБ 7982

Ф.И.О. ____________________
Адрес ____________________
____________________ Тел.: ____________________

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		

Итого к оплате ____________________

Доставка: ☐ курьер ☐ зак. бандероль

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

Кассир Плательщик

читайте в следующих выпусках:

- рулет из шпината
- салат с жареным цыпленком
- марокканская овощная похлебка
- хлеб с молодым луком
- чизкейк с малиной и ежевикой

следующий номер выйдет 18 июня



ГДЕ КУПИТЬ

- **Магазины Zepter**
  Москва, ул. Новый Арбат, 26,
  тел.: (495) 291-1123, ww.zepter.com
  телефон информационной линии
  8-800-2002-700
- **Tupperware**
  единая справочная тел.: 8-800-200-6000,
  www.tupperware.ru
- **Куриные деликатесы ТМ «Петелинка»**
  Metro C&C, «Азбука вкуса», «Ашан», «Калинка-Стокманн», «Квартал», «Копейка», «Маркткауф», «Мосмарт», «Наша марка», «Ням-ням», «Патэрсон», «Пятерочка», «Рамстор», «Седьмой континент»

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№11 (85), июнь 2007
выходит 2 раза в месяц

Издатель: ЗАО «ИД «Вкусная жизнь»
125993, Москва, Волоколамское ш., 2, стр. 1,
тел./факс: (495) 725-1070,
e-mail: mail@idvz.ru
www.gastromag.ru

Председатель совета директоров Наталья Чернышева
Генеральный директор Елена Трухина
шеф-редактор Андрей Захарин

РЕДАКЦИЯ:
координатор проекта Ирина Мосолова
главный художник Ирина Лещенко
отв. секретарь Ольга Пахтусова
руководитель фотослужбы Екатерина Овсепян
фотограф Вадим Жадько
дизайнеры-верстальщики Максим Новрузов, Сергей Ткаченко
редакторы Варвара Емелина, Александр Ильин, Мария Привезенцева
веб-редакторы Екатерина Гурова, Юлия Товбина
корректоры Лилия Дунаева, Любовь Никифорова
повар-консультант Константин Жук

Исполнительный директор Ольга Ткалич

Директор по рекламе ЗАО «Вкусная жизнь» Марина Мамина
Отдел рекламы: Евгения Демченко, Инна Иванченко, Ольга Козырева, Елена Кузьмичева, Елена Матвеева, Марина Мешкова, Жанна Русакова (заместитель директора), тел.: (495) 725-1071

Отдел маркетинга: Эльмира Нагаева (директор), Зоя Галишникова, тел.: (495) 725-1070

Распространение: Сергей Татаркин (директор), Андрей Телингатер (менеджер по Москве), Елена Царева, Наталья Симонова, Александр Шалимов (менеджеры по регионам) тел.: (495) 725-1070 факс: (495) 725-1070, доб. 5048
Подписка: тел.: (495) 792-5562

Техническая поддержка: Михаил Афанасьев, Игорь Долманов, «Свет Компьютерс» тел.: (495) 795-0295

Предпечатная подготовка: Марианна Геннинг, Вера Давыдкина, Светлана Кузина, Екатерина Панюшкина (руководитель отдела), Любовь Попова, Виктор Фролкин

Типография: «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж: 224 800 экз.
Цена свободная

Автор макета: Ирина Лещенко
Фото на обложке: Вадим Жадько

Издание зарегистрировано в Министерство Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Свидетельство о регистрации средства массовой информации №77-15924 от 07.07. 2003 г.

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. При перепечатке материалов и использовании их в любой форме, в том числе и в электронных СМИ, ссылка на журнал «Школа гастронома» обязательна.




Tupperware®
это лучшее, что может произойти с Вашей кухней!
Крышка меняет объем!
Современная коллекция контейнеров «Модерн» стала настоящим хитом: благодаря эластичному материалу, из которого изготовлены крышки, сама миска приобретает нужный Вам объем.
Найди своего персонального консультанта, позвонив по телефону 8-800-200-6000 (звонки по всей территории России – бесплатно).
www.tupperware.ru
Товар сертифицирован. Реклама